

スポーツパフォーマンスセンター利用に関する現状報告

A report on current use of the Sports Performance Center

増本達哉

Tatsuya MASUMOTO

概要

平成28(2016)年7月、本学多摩キャンパス(体育学部)に国士館大学創立100周年記念事業としてメイプルセンチュリーセンター多摩(以下MCCT)が完成し、1階にスポーツパフォーマンスセンター(以下SPC)が新設された。

従来のトレーニング室は、施設管理者を配置しない状況下での“いつでも誰でも自由に鍵が受け取れ、施設を利用できる”スタイルだったが、施設や機器の破損、器具の盗難など問題点が多く存在した。新たに仕組みを構築するため、運営・管理に関してMCCT-SPC運営委員会(センター長;学部長、委員長;体育学科主任、教務関連委員;教務主任、学生関連委員;学生主任、学科関連委員;各学科1名、総務関連委員;スポーツトレーナーコース主任)(図1)を組織化し各種運営・管理に関する規定などを検討、竣工式を経て同年10月より事前予約制で初回安全講習会(以下講習会)受講者へのみ施設利用を許可することとした。

講習会は、国士館大学に所属する教職員、学生および高校野球部のコーチング

スタッフ、生徒を対象として、初めて施設を利用する全ての者が受講しなければならない。講習会開催日程を確認し個人または団体(クラブ加入者)で申請を行い、1回約1時間、施設の説明、利用方法および手順、機器の取り扱いなどについて講習を受ける。開設当初は全ての教職員、学生(1~4学年)、生徒(1~3学年)に受講義務があったこと、球技系クラブが秋季大会期間中であることもあり、パフォーマンスレベルを維持または強化する必要があったことから講習会の開催を最

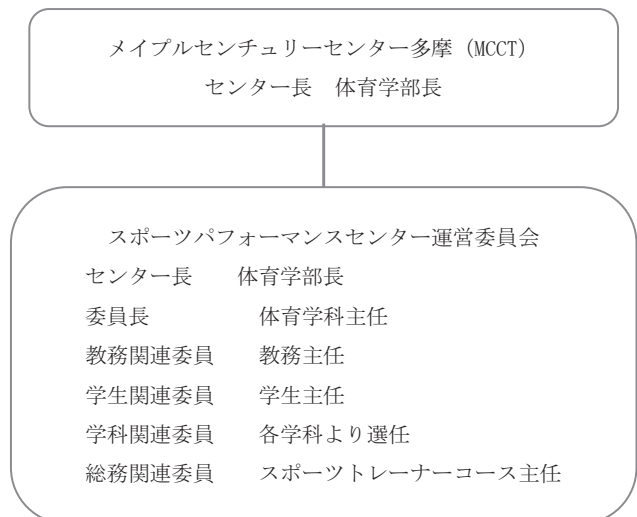


図1 スポーツパフォーマンスセンター組織図

優先させて1日に4～6回実施した。言うまでも無いが、高等教育機関での安全管理（危機管理）を最重要課題として、施設の運営や機器の管理、機器の正しい使い方や安全で効果的なトレーニングを行うために、年間計画を主軸にそれぞれの時期（目的）に見合った変数（ニーズ分析、種目の選択、頻度、強度、反復回数、休息时间など）の設定などについて、順次導入してきている。

開館当初よりスポーツトレーナーコース担当教員、教務助手を中心にスポーツトレーナーコースの学生も実習の一環としてスタッフに加わり運営・管理を行ってきた（図2）。平成29（2017）年4月からは、ストレングス&コンディショニング専門職を1名配置して月曜日から金曜日まで施設の運営・管理の業務を委託している。

開館から1年が経過し、大きな事故やトラブルも無く少しずつ軌道に乗ってきたように思われる。そこで以下に施設の一般開放時間における利

用者現況についての報告を行う。

利用者状況

一般開放時間における利用者数の推移について（平成29（2017）年4月～12月）

平成29（2017）年4月時点での体育学部の在籍学生数は、2,417名（体育学科；998名、武道学科；390名、スポーツ医科学科；653名、こどもスポーツ教育学科；376名）である。同年4月以降の一般開放時間中の利用者数の推移について、全体と各学科について報告する（図3-1～5）。なお、一般開放時間中に利用する者の中にはクラブ加入者も含まれる。

全体の利用者推移（図3-1）によると、大学スポーツ全般に言えることだが、春季（5～7月）、秋季（9～11月）に多くの競技大会が開催されていることから、その期間中に利用者が増加する傾

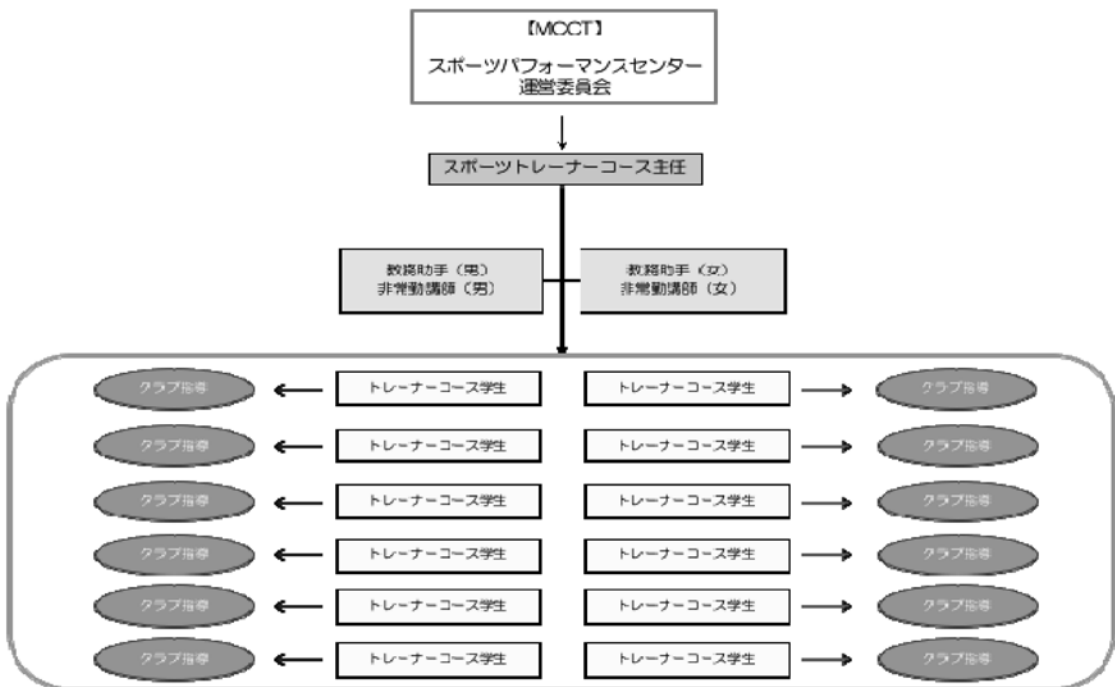


図2 MCCT-SPC 運営モデル

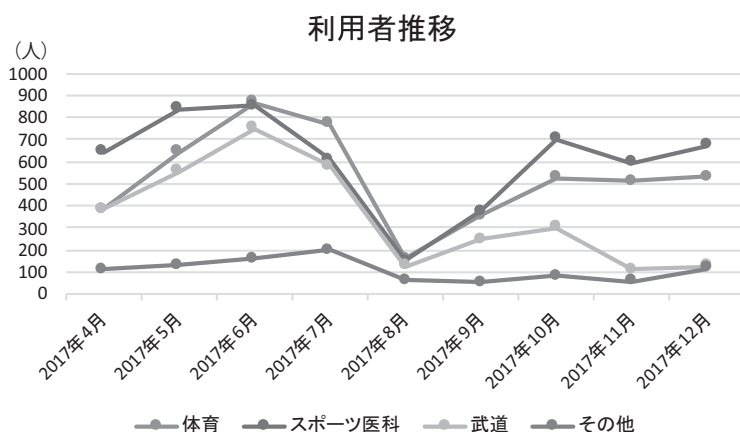


図3-1 2017年4月～12月の利用者推移

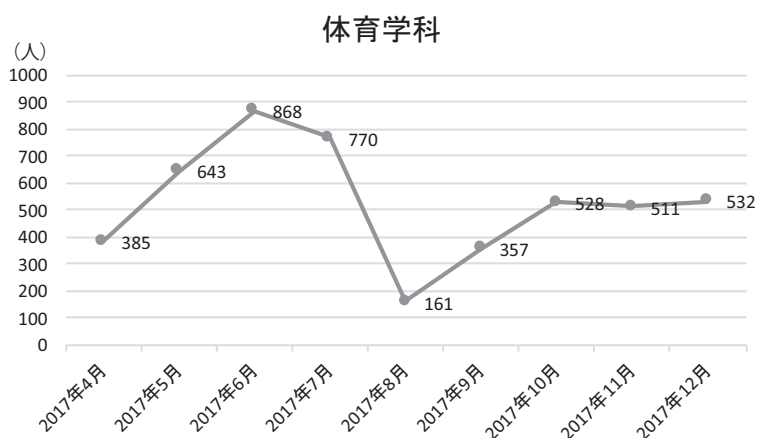


図3-2 2017年4月～12月の利用者推移 (体育学科)



図3-3 2017年4月～12月の利用者推移 (武道学科)

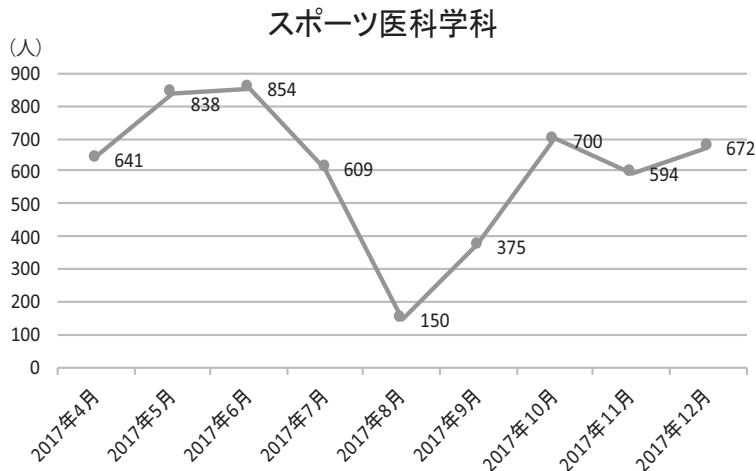


図3-4 2017年4月～12月の利用者推移（スポーツ医科学科）

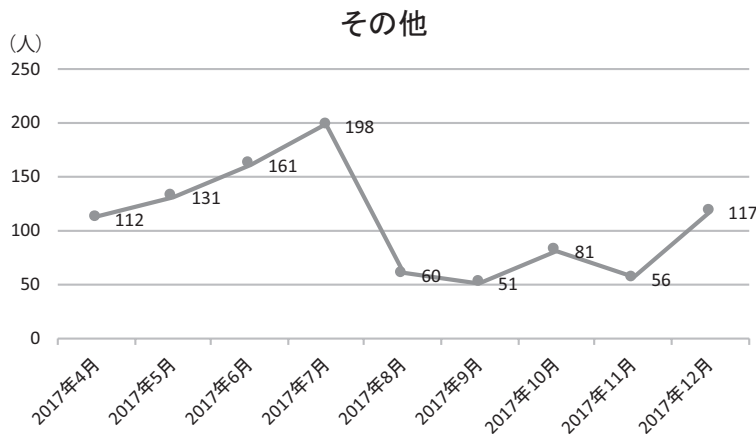


図3-5 2017年4月～12月の利用者推移（その他）

向がある。また、夏季休業期間中には利用者数が極端に低下していることが分かる。

次に学科毎の利用者推移（図3-2～4）を見てみると、4月～12月の平均利用者数は、体育学科；528.3人（52.9%）、武道学科；353.1人（90.5%）、スポーツ医科学科；603.7人（94.2%）、その他；107.4人となっており、学生の身体づくりに対する積極的な姿勢が伺える。

体育学科は、クラブに加入している学生が多く、クラブ開放時間にクラブ単位でまとまってトレーニングを行う傾向があることから、一般開放時間

中の利用が少ないように感じられる。

武道学科は、柔道、剣道、空手の競技が個人種目中心ということもあるのか、一人または数人で個々にトレーニングを行っていることが多い。

スポーツ医科学科は、多くの学生が救命救急士などの国家試験に向けて訓練の一環として日々トレーニングに励んでいる。

その他については、他学部に在籍しているが、多摩キャンパスで所属クラブの練習を行うなどの理由から、授業の空き時間などにMCCT-SPCを利用してトレーニングを行っているようである。

特に武道学科、スポーツ医科学科の学生は、将来警察官、消防士、救急救命士などを目指している者も多く、卒業後も定期的にトレーニングを行わなければならないことから、日々の生活習慣の一部としてトレーニングを取り入れているように感じる。

以上のことから、MCCT-SPCの利用者数の推移および傾向について報告してきた。旧トレーニング室の利用者状況と比較検討することはできないが、充実した施設、機器、器具を設置し、運営・管理を徹底することで安全性が確保され、効果的なトレーニングを実施することが可能となり、利用者の健康保持・増進やスポーツにおける競技力向上、成果へとつながることを期待している。

今後の課題

前述の報告の通り、MCCT-SPC開館から新たな取り組みを行ってきた。しかし、まだ導入できていないことや課題も多く存在する。

・インフォームドコンセント

学生、教職員は、毎年健康診断を受診しているが、個々の運動禁忌に関する危険因子を把握できていないことから、健康管理室との連携を検討したい。

・測定・評価

トレーニングに参加する前後に体力要素の測定・評価を行っていないことから、事前事後の進捗状況が分からない。科学的な検証が可能になるように準備したい。

・プログラム提供

前述の測定・評価と関連するが、年間計画などに基づいた練習、トレーニングを行っている個人、クラブは殆どない。クラブ毎のトレーニング計画や日程調整にも関わってくることから、指導者との連携を検討したい。

・トレーニング指導

前述の通り、トレーニング計画が曖昧な中でトレーニングを行っている個人、クラブが多く、トレーニング原則に反して行っていることもある。安全で効果的にトレーニングを行うためのアプローチを講じていきたい。

・責任者不在のクラブへの対応

体育学科にはスポーツトレーナーコースがあるため、また、クラブ（サークル含む）によっては、指導者が不在のクラブがある。クラブ開放については、施設利用申請ができないため利用許可が出せていないため、一般開放時間中にトレーニングを行っている。

・機器の増設（ダンベル、プレート、有酸素マシンなど）

利用者状況からも分かるように、男女問わず全体的に利用者が多く、ダンベル、プレートなど比較的軽い負荷や有酸素系マシンが量的に不足している。予算化し順次導入したい。

・次年度以降の安全講習会について

平成29（2017）年度入学生より新入生教育プログラム（基礎ゼミナール）に「安全教育」として暫定的に安全講習会を導入している。体育学部生として早い時期に健康保持・増進や競技力向上のための身体づくりについての概念を教示することと施設利用についてのオリエンテーションの目的も兼ねて行っている。

新入生プログラムが各学科で異なるため、学科関連委員と検討を行っていく。

今回の報告は以上となるが、現状を踏まえてより安全でかつ効果的にトレーニングが行える、また、科学的なトレーニングおよび研究が可能となる施設運営に努めていきたい。